心理学报 2018, Vol. 50, No.1, 115−129
Acta Psychologica Sinica DOI: 10.3724/SP.J.1041.2018.00115

基督徒祷告过程中人神依恋关系的质性探索

张秀敏 [1] 杨莉萍 [2]

([1] 南京邮电大学, 南京 210023) ([2] 南京师范大学大学心理学院, 南京 210097)

摘 要 采用质性研究方法探索基督徒祷告过程中人神依恋关系的形成与发展。研究者以“局外人”身份, 采用逐步暴露方式进入研究现场开展客位研究。运用强度抽样方式和综合式抽样策略, 抽取 14 名(男女各 7 名)正式受洗(受洗时间从 2 年到 32 年不等)的基督徒作为样本, 通过深度访谈收集资料; 运用扎根理论对收集到的资料依次进行初步分析、类属分析和理论建构; 运用参与者检验法、非参与者检验法对研究结果进行效度检验。研究得出以下结论：祷告是基督徒以“信靠”作为承诺, 向上帝、基督、圣灵袒露心迹, 提出心理诉求, 进而与上帝建立亲密关系的沟通方式和重要渠道, 它提供了人神依恋系统被激活的情境。“信靠”是基督徒通过祷告与上帝之间形成和发展人神依恋关系的前提条件和关键因素; 人神亲密度的增加又反过来促进人对于神的信靠程度。现实生活的困难为基督徒祷告提供了刺激源, 并推动人神依恋关系不断向前发展。基督徒的祷告经历了三个阶段, 由Ⅰ期向Ⅲ期水平渐次提升, 最终形成“以上帝为中心”的困难应对图式。在此过程中, 随着“上帝”的观念越来越深地植入基督徒的自我, 有关“上帝”的心理表征不断得到强化, 相反, 有关“自我”的心理表征渐次弱化, 最终进入某种“无我”的状态。

关键词 基督徒; 祷告; 人神依恋; 深度访谈; 扎根理论
分类号 B849:C91

1 问题提出

宗教信仰是一种制度化了的、特殊的社会行为(杨宜音, 1996)。2010 年 8 月 11 日, 中国社科院世界宗教研究所发布了中国基督教信仰人数为 2305 万人(金泽, 邱永辉, 2010)。对个体而言, 这一群体的宗教信仰可以满足其某种特殊的心理需要, 有心理慰藉的作用(杨宜音, 1996)。尤其是随着老龄化社会的到来, 宗教信仰对于人的生死观、老年心理健康都有重要影响。宗教对心理治疗既有积极的作用也有负面影响(乐国安, 王昕亮, 2009)。对社会而言, 宗教信仰也有由特殊心理机制导致的特殊的社会心理功能：社会教化、社会认同(杨宜音, 1996)。宗教信仰对于个体和社会的意义值得深入探究。有宗教信仰的个体最典型的宗教信仰行为就是祷告, 祷告在宗教信仰中处于核心地位(Geertz, 2008)。在基督教背景下, 基督徒特别重视祷告, 祷告被视为基督徒的呼吸(靖玖玮, 2003)。正如 Brown (1994)所言：“不管我们是从宗教学、社会科学还是从心理学视角研究祷告, 基督徒的祷告体验都为我们提供最有效的信息”。祷告是个体在内心与一种自己所认可的神圣力量之间的对话(James, 1902)。与神之间的交流是祷告最为显著的特征, 基督徒通过祷告建立或提升自己与上帝的关系(Ladd & McIntosh, 2008)。

依恋是个体与生活中特定对象间强烈的情感联系(梁熙, 王争艳, 2014)。Kirkpatrick 和 Shaver 最先将依恋理论应用到了基督徒人神依恋领域。Kirkpatrick (1999)依据 Ainsworth (1985)提出的依恋标准, 认为基督徒与上帝之间的关系也是一种依恋关系。Granqvist, Mikulincer, Gewirtz 和 Shaver (2012)将人神依恋定义为基督徒与上帝之间存在的一种类似婴儿与养育者的依恋关系, 基督徒视上帝作为安全基地, 在遇到困难时寻求上帝的帮助, 并以上帝为安全基地展开向外界的探索。对于基督徒来说, 他们对上帝的思考、信念、理解以及他们对自己和上帝之间关系的感知已经融入到了他们的

收稿日期: 2015-12-10
通信作者: 杨莉萍, E-mail: lpy2908@163.com

依恋系统之内(Kirkpatrick, 2012)。研究者们通过理论和实证研究认为，对于回避型成人依恋的个体而言，上帝是个体补偿性的依恋对象(Kirkpatrick & Shaver, 1990)；当个体与养育者之间是安全型依恋时，安全型的成人依恋与安全型的人神依恋存在正相关(Kirkpatrick & Shaver, 1992)。Beck 和 McDonald (2004)进一步发展了 Brennan, Clark 和 Shave (1998)关于成人依恋的理论，把人神的依恋关系划分为四种类型：安全型、回避型、焦虑型和恐惧型。

人神依恋虽然与个体间依恋(亲子依恋、成人依恋)存在很多相似之处，但是由于人神依恋的对象是上帝，它和个体间依恋仍有所不同，那么，人神依恋的内部工作模式又是怎样的？有必要对人神依恋与个体间依恋进行比较，进一步探索人神依恋的内部工作模式。

人神依恋研究自 Kirkpatrick 开始，主要采用量化研究方法，即运用人神依恋量表或实验方法进行研究。如有研究者们通过编制人神关系量表(the Attachment to God Inventory, AGI)考察人神依恋，该量表在焦虑-回避两个维度上测量了个体与上帝的关系(Beck & McDonald, 2004)，且在人神依恋相关研究中被广泛应用(Cooper, Bruce, Harman, & Boccaccini, 2009; Okozi, 2010; Láng, 2013; Buchanan, 2014; Kim, 2015)。还有研究者采用恐惧启动的内隐实验范式测量人神依恋，实验结果从内隐层面说明当个体感到危险时，会潜意识地向上帝靠近(Granqvist et al., 2012)。也有研究用成人依恋访谈(AAI)和沙盘游戏的方法报告母子依恋类型，进而预测基督徒和上帝的亲近关系，发现安全型母子依恋的个体与上帝更加亲近(Cassibba, Granqvist, & Costantini, 2013)。与量化研究相比，质性研究的优势在于它是动态性研究，可以对心理事件发展的脉络过程进行详细的动态描述(向敏，王忠军, 2006)。对于祷告这样包含较强的个体体验和感受的心理现象，仅仅从相对静态与横向的视角进行量化研究显然是不够的，祷告自身所具有的对话性特点更适合做质性研究。

我国对于祷告、人神依恋的心理学研究仍处于起步阶段。在 CNKI 数据库中以“祷告、祈祷、人神依恋、人神关系”为主题词分别进行文献检索，检索时间段为 1979/01/01~2017/02/17，发现成果 27 项，其中，科普类报刊文章超过 50%，硕博论文、期刊和会议论文合计 13 篇，见表 1。

本研究以祷告这一宗教心理学现象为切入点，探讨基督徒祷告过程中人神关系的变化及祷告对于基督徒个体的心理意义，希望能在国外宗教心理学对于人神依恋类型分析的基础上，比较分析人神依恋与个体间依恋的异同，并进一步探究祷告过程中人神依恋关系建立和发展的内部工作模型，从中找到对宗教行为进行有效引导的路径，进而促进社会的和谐稳定与人民安居乐业。

2 方法

本研究通过深度访谈收集资料，采用扎根理论分析资料。图 1 是简化了的技术路线。

2.1 研究抽样

遵循强度抽样的原则，抽取信息密度和强度大的个案(陈向明，2000)；具体采取“方便式抽样”、“机遇式抽样”、“滚雪球式抽样”、“第三者介绍抽样”等综合抽样策略，共抽取 14 名(男 7 人，女 7 人)访谈对象，其中年龄从 24 岁到 60 岁(20~30 岁 2 人；31~40 岁 3 人；41~50 岁 5 人；51~60 岁 4 人)；受洗时间从 2 年到 32 年(10 年及以下 6 人；11~20 年 5 人；21~30 年 2 人；31~40 年 1 人)；教育程度从初中到研究生(初中 1 人；高中 1 人；专科 4 人；本科 3 人；研究生 5 人)；职业涵盖工人(4 人)、教师(2 人)、学生(1 人)、公司职员(2 人)、传道人(2 人)、自由职业(3 人)等。

2.2 收集资料

2.2.1 预访谈

在深度访谈之前，研究者运用综合式抽样策略

表 1 祷告、人神依恋在国内心理学领域的研究成果(N=27)

主题	硕士论文及发表时间	博士论文及发表时间	会议论文及发表时间	学术期刊及发表时间	科普刊物及发表时间	报纸及发表时间	合计
祷告	1 (2014)	0	0	1 (2012)	0	0	2
祈祷	2 (2008,2012)	0	0	4 (2003~2016)	13 (2001~2013)	1 (2012)	20
人神关系	1 (2012)	0	1 (2013)	1 (2015)	0	0	3
人神依恋	0	0	0	0	0	0	0
人与神	0	1 (2010)	0	1 (2004)	0	0	2
合计	4	1	1	7	13	1	27

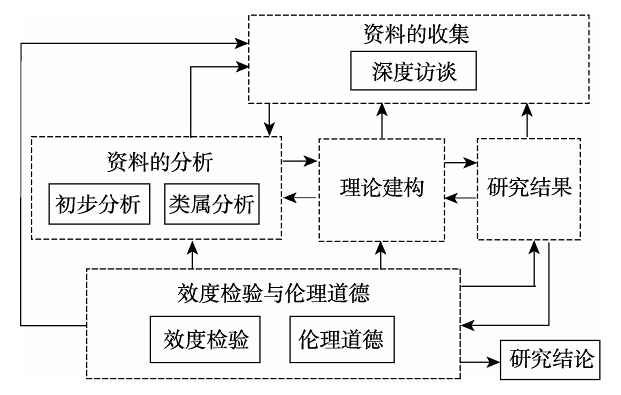


图 1　基督徒祷告过程中人神依恋关系的质性探索技术路线

抽取了 5 位基督徒进行试验性的预访谈。预访谈围绕“祷告”这一研究主题，邀请基督徒根据自己的思路自由联想，报告自己作为基督徒的内心成长经历，了解受访者的体验和感受。预访谈的结构性相对较弱，研究者在预访谈中只是起辅助作用，鼓励受访者用自己的语言发表看法，目的在于了解在基督徒眼里祷告意味着什么？有关祷告他们认为最重要的问题是什么？他们看待问题的视角、使用的概念及其表述方式是怎样的？为下一步设计正式访谈提纲提供基础。

2.2.2　正式访谈

正式访谈的时间和地点主要考虑受访者方便，选择在安静不受外界干扰的环境中进行。访谈提纲主要包含三个层面：基督徒祷告的一般情况(祷告的行为习惯、祷告的内容、内心体验等)、过往祷告经历(如代祷、禁食祷告、为生活事件祷告等)、祷告过程中基督徒与上帝的关系。这三个层面是逐步递进、不断深入的关系，基督徒祷告的一般情况所涉范围较为广泛；过往祷告经历开始聚焦于祷告行为本身；从过往祷告的经历再进一步抽出人神关系这一主题。最终，当受访者在访谈中所提供的信息达到或基本达到饱和时，双方共同决定结束访谈。

2.3　分析资料

2.3.1　基于扎根理论的资料分析过程

本研究基于扎根理论进行资料的收集、分析和理论建构(凯西・卡麦兹, 2009)。其中，对资料的分析包括初步分析和类属分析。初步分析包括登录原始资料和一级编码。类属分析是基于对原始资料的初步分析进行聚焦编码和轴心编码。对理论的建构自下而上，是类属分析的进一步发展和提升。资料分析的具体流程见图 2。

2.3.2　QSR Nvivo 10.0 质化分析软件的使用

借用 QSR Nvivo 10.0 (简称 N10)质化分析软件

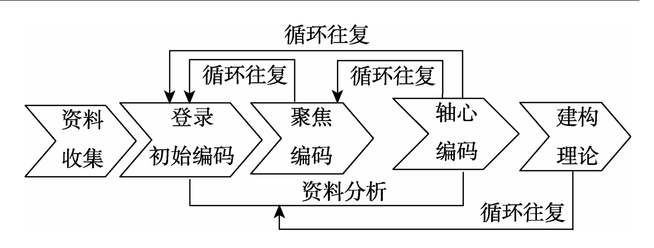


图 2　基于扎根理论的资料分析流程图

对资料进行初步分析和类属分析。该软件通过导入中文访谈文本，将无结构的、非数值性的资料进行索引和搜寻以及理论化，进而有助于研究者编码与搜寻以及建立索引、逻辑关系、理论等(刘世闵, 2013；周蕣, 2015)。

2.3.3　登录与初始编码

首先，对每一个受访者设置相应的编号(如 W1、W2…M6)，避免在后期资料分析过程中受访者提供的访谈资料之间发生混乱，为资料分析奠定基础(陈向明, 2000)。其次，采取“投降”的态度阅读原始资料。第三，先期初始编码(一级编码) (凯西・卡麦兹, 2009)。利用 N10 对导入的原始资料中的每一个词语、句子、段落的内容进行认真考量，以“祷告过程中基督徒与上帝的关系”为核心，从资料中寻找反复出现的意义单元，提取对研究问题有意义的登录码号，对资料进行设码。这些码号是资料分析中最基础的分析单位。本研究一共建立了 74 个码号，涉及 498 个参考点。最后，对每个码号所包含的参考点的多少按照由多到少的顺序将所有码号统一纳入编码系统。

2.3.4　类属分析：聚焦编码与轴心编码

运用 N10 质化分析软件对资料进行类属分析，主要进行聚焦编码(二级编码)和轴心编码(三级编码) (凯西・卡麦兹, 2009)。

聚焦编码(二级编码)。研究者基于初始编码所建立的编码系统，利用 N10 软件围绕“祷告过程中基督徒与上帝的关系”对编码系统所反映的意义做进一步萃取，共获得 12 个与研究主题相关的码号，这些码号是从资料内部浮现和发展出来的新的主题。换言之，由于在初始编码后的 74 个码号所呈现的是不同意义单元的罗列，需要做进一步整理和分析，于是研究者对这 74 个码号进行二次审视，通过比较将 74 个码号归类聚焦于 12 个更为精炼的码号(见表 3 中二级编码一列)，主要的比较方式有：同类比较、异类比较、横向比较、纵向比较。为清晰呈现二级编码的过程，在此以二级编码中“Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ期祷告的人神关系”三个节点为例加以说明(见表 2)。

表 2 “Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ期祷告中的人神关系”聚焦(二级)编码节点分布

Ⅰ期祷告的人神关系			Ⅱ期祷告的人神关系			Ⅲ期祷告的人神关系		
序号	初始编码节点名称	参考点(个)	序号	初始编码节点名称	参考点(个)	序号	初始编码节点名称	参考点(个)
1	理性亲近神	7	1	人信靠神(理性与非理性并存)	12	1	感受神同在	26
2	理性需要神	7	2	人想感受主更多	10	2	顺服、交托	22
3	神塑造人	2	3	以神为中心(理性与非理性并存)	6	3	体会神意	19
4	神牧养人	2	4	感谢神(理性与非理性并存)	5	4	人神联合	10
5	理性感恩神	2	5	神给启示	4	5	非理性亲近神	8
6	人远离神	1	6	坦露自己的不好	4	6	神回应	6
7	人跟随神	1	7	不顺服神	3	7	信心增加	5
8	人亏欠神	1	8	表达对神的不满	2	8	人爱神	4
9	人敬畏神	1	9	与神无联结	1	9	非理性感恩神	4
			10	人想了解神更多	1			
	合计	24		合计	48		合计	104

研究者进行同类比较，发现初始编码中“理性亲近神”、“理性需要神”、“理性感恩神”3 个码号具有资料的同一性，于是将这 3 个码号归类聚焦于同一个类属(Ⅰ期祷告的人神关系)；研究者进行异类比较，发现初始编码中“人信靠神(理性与非理性并存)”、“以神为中心(理性与非理性并存)”、“感谢神(理性与非理性并存)”3 个码号和“理性亲近神”等 3 个码号具有资料的差异性，因此将前者归类聚焦于另一个类属，即Ⅱ期祷告的人神关系；研究者对同一受访者提供的资料前后顺序进行纵向比较，对不同受访者提供的资料进行横向比较，发现“理性感恩神”、“感谢神(理性与非理性并存)”、“非理性感恩神”等 3 个码号体现出三个层次的人神关系，因而将这 3 个码号分别归类聚焦于 3 个不同的类属，即Ⅰ期祷告的人神关系、Ⅱ期祷告的人神关系、Ⅲ期祷告的人神关系。

从聚焦(二级)编码到轴心(三级)编码(见表 3)。

表 3 从聚焦(二级)编码到轴心(三级)编码

轴心(三级)编码	聚焦(二级)编码	参考点(个)
基督徒眼中的上帝	关系的存在	88
基督徒眼中的祷告	祷告是什么	47
祷告者的心理诉求	何时祷告	65
祷告实例	在疾病、患难中祷告	8
	在宗教生活中祷告	5
	在日常生活中祷告	5
	在传福音中祷告	1
人神关系	Ⅲ期祷告的人神关系	104
	Ⅱ期祷告的人神关系	48
	保持与神的亲密关系	82
	Ⅰ期祷告的人神关系	24
	人神之间爱的关系	21

在二级编码建立的 12 个码号的基础上围绕“祷告过程中基督徒与上帝的关系”这一主题建立了 5 个树状节点，分别是“基督徒眼中的上帝”、“基督徒眼中的祷告”、“祷告者的心理诉求”、“祷告实例”、“人神关系”。该阶段的目的是划分出适当的范畴，便于建立范畴间的联结(郭玉霞, 2009)。

2.4 理论建构

本研究采取从资料中自下而上建构理论的方式，即从原始资料出发，通过归纳分析逐步产生理论(陈向明, 2000)。具体经过以下几步：

步骤一，在三级编码的基础上进一步探索核心类属或主题。在三级编码所建立的树状节点的基础上进一步分析不同类属之间的关系，发现“基督徒眼中的上帝”、“基督徒眼中的祷告”、“祷告者的心理诉求”、“祷告实例”这四个树状节点都可以由“人神关系”这一节点所包容或覆盖，进而发展出“核心类属”，即“人神关系”。

步骤二，依据资料的特性初步建立理论框架。基于步骤一的结果，将三级编码产生的五个树状节点分别还原到受访者的原话中分析发现，基督徒祷告总是发生于某些特定条件下或情境中；祷告者有三种不同的心理诉求及其结果；随着每一种心理诉求的关注点不同，人神关系和基督徒对上帝信靠程度有所不同，具体表现为，当关注点为解决现实困难时，人和神的关系不稳定、时密时疏；当关注点为解决心理危机时，人和神的关系渐趋稳定和亲密；当关注点为与上帝紧密联结时，人和神的关系融合为一。基于此，概括出基督徒与上帝关系的三种不同类型，进而明确区分出祷告的三个阶段，其中每一阶段分别体现出不同人神关系(见图 3)。

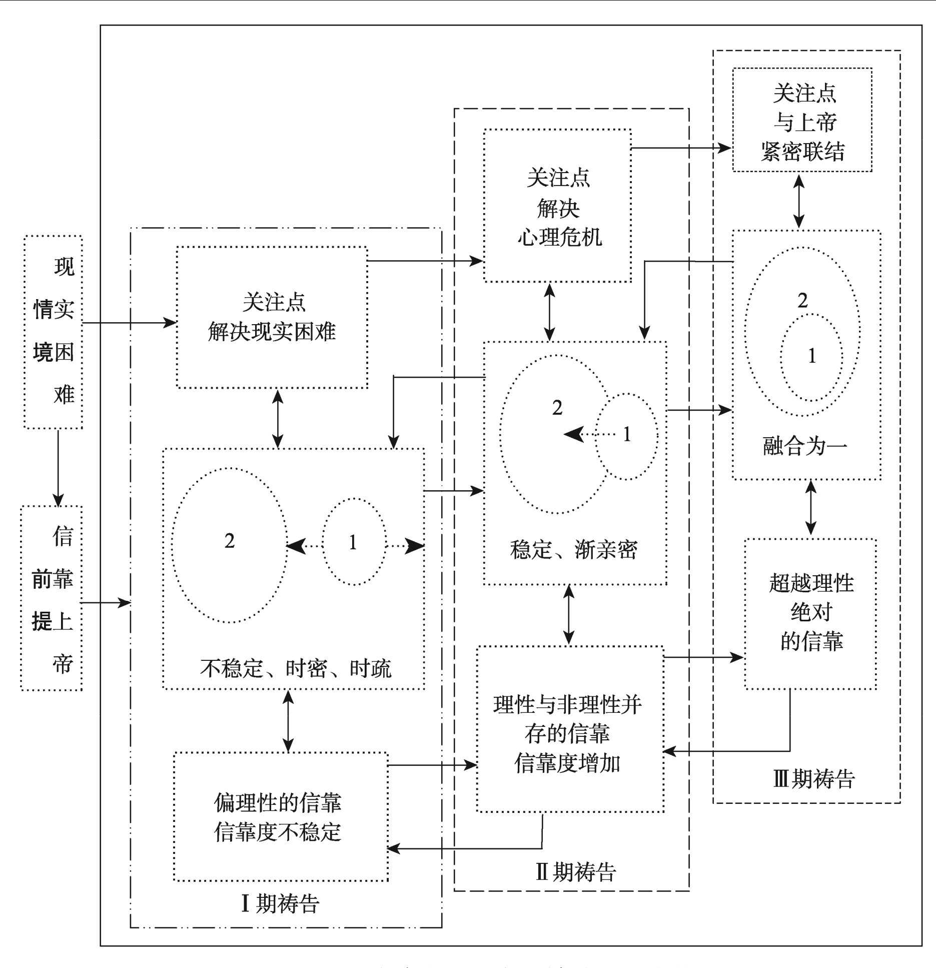


图 3　基督徒祷告过程中人神关系的变化

注：1 代表基督徒自我；2 代表上帝。 ◄··· 表示基督徒与上帝亲近； ···► 表示基督徒与上帝疏远； ↕ 表示相互影响；
→ 表示人神关系的推进；人对上帝信靠程度的增加；祷告者关注点的变化。
表示人神关系的倒退； 表示祷告过程中人对上帝信靠程度的倒退。

步骤三，将初步建立的框架再次下放到原始资料中，在资料与理论之间反复进行比较分析。具体而言，研究者结合祷告实例对由步骤二产生的祷告的三个阶段及所对应的人神关系加以对照和比较，发现基督徒与上帝的关系随着祷告过程的推进发生渐进性变化，其关注点和信靠程度也同步发生变化(见图 3 中关注点的变化、人神关系亲密度的发展和关系性质的改变)。

步骤四，建立具有内在一致性的理论体系(见图 3)。具体而言，基于前三个步骤将祷告的情境和前提、关注点、人对上帝信靠度、人神关系、祷告阶段等进行整合，建构地方性理论：“信靠”是基督徒在祷告过程中与上帝形成人神依恋关系的前提条件和关键因素；现实生活的困难为基督徒祷告提供了刺激源，并推动人神依恋关系不断向前发展；人神依恋关系的变化影响基督徒对神的信靠度及面对现实困难时的关注点。

3　结果

3.1　基督徒眼中的祷告

祷告是基督徒以“信靠”作为承诺，向上帝、基督、圣灵袒露心迹，提出心理诉求，进而与上帝建立亲密关系的沟通方式和重要渠道。

受访基督徒认为要祷告的前提条件是相信上帝的应许，即当基督徒凭着信心祷告的时候，上帝会垂听其祷告并帮助他们。祷告是联结基督徒和上帝的桥梁。祷告本身没有意义，只有和上帝联结起来祷告才具有意义。借着祷告基督徒才能与上帝沟通，祷告充当沟通媒介的作用，祷告的一边是基督徒，另一边是信靠的对象——上帝。

M5：祷告有一点很重要，第一个来到神的面前，我们**要有信心**，……那我们祷告有一点，**前提条件**，就是我们**相信圣经里面上帝的应许**，上帝应许是什么呢，就是**当我们凭着信心祷告的时候，上帝他**

会垂听跟帮助我们。

W4：祷告就是一个桥梁，是联结你和上帝的桥梁……如果离开上帝，祷告就是说话，没有任何意义。

通过祷告这一媒介，基督徒与上帝的关系逐渐亲密。从表面上，祷告是基督徒一个人自言自语的行为，这个行为自身是没有意义的，而受访者认为他们的祷告并非如此，他们在其中感受到的是一种与上帝之间“我说你听”的合作关系，透过访谈资料的分析，在基督徒看来，基督徒与上帝的关系在祷告中才是首要的，祷告只有存在于一种与上帝亲近的关系中才能展现出相应的意义。所以，对基督徒而言，祷告是沉浸在上帝的爱的包围的甜美时刻(Yancey, 2008)，祷告通常提供一种更加靠近上帝的感觉，或许还会提供帮助与安慰(洛文塔尔，2002)。

W2：祷告应该是一种关系吧，……你去祷告的时候，其实上就变成了神的同工，就好像变成了他的一个伙伴，一种关系，然后纳入这个关系当中，……你要做的只是就是在那种关系中和神在一起。

M5：祷告时要有一颗感恩的心，这样经历神的同在，保持与神的联系、沟通。

3.2 基督徒祷告的心理诉求及其结果

第一种心理诉求希望现实困难得到解决。在基督徒看来，他们会在生活和工作中遇到各种各样的困难，希望上帝能帮助他们解决，同时也借着感受到上帝的回应而相信上帝。基于这种心理诉求的祷告之后，基督徒现实困难并不是一一都得到解决，存在没有得到解决的情况。在此情况下，基督徒对上帝的依恋关系可能发生中断。

M5：有时为自己的工作、生活祷告，这些都是为了现实的困难祷告。

W5：我遇到困难时我祷告上帝他一直没有给我回应，反而在常人看来很正常处理的困难，在我身上却出人意料的很难处理。

第二种心理诉求更加关注由现实困难引发的个体内在心理危机的解决。在基督徒看来，现实困难让他们感受到压力，所引发的情绪往往是消极的，如有恐惧感、失望感，感到害怕，此时他们祷告更加希望上帝更给他们心理上的支持、安慰、陪伴以维持心理健康的状态，进而才能有能力去应对现实困难。现实的困境并不是不处理，而是相比较心理的困境则退居其次。基于这种心理诉求的祷告之后，基督徒面临的现实困难所引发的心理困境得到解决。

M1：(祷告)你要去依靠他，就是我最危机、最艰难、最压力的时候，我就是仅仅抓住他，就是那种感觉，就是小孩抓住妈妈，恐惧、害怕嘛，抱着她大腿。

M1：我觉得那段时间靠着不断的祷告是帮我度过了一个寒冷的严冬，心理上的，还是荒凉、荒芜的寒冬。

第三种心理诉求关注人与上帝的紧密联结。在这种情况下，在基督徒看来，祷告并不是为了现实困难得到解决，他们往往并没有把现实困难视为“困难”，而是希望透过祷告让上帝改变他们“以自我为中心”的心理需求，希望与上帝的心理距离更近，不是以自己的需要为中心，而是以上帝为中心，让上帝来掌管他们的心理。基于这种心理诉求而祷告之后，基督徒与上帝的关系更亲近，不以自己的视角看现实困难，而是顺服上帝，对现实困难有了新的认识。基督徒认为人在生活中都会遇到困难，面临困境，这些困难、困境的发生不是偶然，是上帝允许的，是上帝的恩典，上帝赐给人这样的经历，让人借着这些困难的经历学习、成长。

W2：基督徒很多时候祷告不是为了自己，不再是自己的自由意志为中心，而是以神的意志为中心吧，就是你每一次你祷告你跟神的关系你的那个小我可能纳入到那个更开阔的关系当中，可能你就会被矫正，和神校准在一条线上，之后你可能会被改变，但实际上你本来去祷告那件事情并没有任何的改变，可能你生病啊想要去祷告，遇到麻烦啊，其实那些问题还在那里，但是你就是不一样了，然后，你去看待那些事情，或处理那些问题状态就会改变，但问题没有解决，但是你变化了。

M7：小信时遇到事情会用自己的方法，自己做，发现不能奏效，才祷告，这就是小信。慢慢信心会增长，起初，在我们经历一些事的时候，我们祷告神希望不要经历这些事情，因为这些事我们不想要，但慢慢的我相信、我知道生命在他，我的生命是神赐的，经历这些事情也是神允许的，我就不惊慌，所以信心不是建立在神救你脱离危险，而是你知道神是你生命的主，他来掌管你的生命。

综上所述，“困难、困境”本质上是人对某种意义的建构。在祷告的不同时期，基督徒对于“生活事件” (作为一种客观发生的事件)所赋予的意义也不同。最初，基督徒将生活事件建构成“现实困难”；

祷告进入第Ⅱ期，“生活事件”的意义也逐渐被重构成“心理困境”；祷告发展到第Ⅲ期，“生活事件”的意义被再次重构为“上帝的应许和恩典”。随着意义建构发生转变，基督徒的心理诉求也在发生变化。在此过程中，祷告成为基督徒与上帝建立并维持亲密关系的“媒介”。

3.3　祷告的三个阶段

在基督徒看来，祷告是他们需要用一生完成的功课。以个体接受信仰后其自我与神的关系建立和发展为线索，可以将祷告区分为三个不同阶段，即Ⅰ期、Ⅱ期、Ⅲ期祷告。不同阶段的区别并不在于祷告本身，而是在于祷告的主体——人。随着基督徒的内心发生变化，随着他们对上帝信靠程度的增加，随着人神关系的变化，才会有Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ期不同阶段的祷告。初信者不可能做出和虔信者一样的祷告。因此，是人的心理变化推动着祷告的梯级递进，在此过程中还会出现反复和退行，呈现出螺旋式上升的渐进性变化。

3.3.1　Ⅰ期(初信者)祷告：人神关系不稳定，时远时近，趋避冲突强烈

在Ⅰ期祷告中，基督徒对上帝的信靠程度较低，是基于自己对事物认知的偏理性的信靠。这时，基督徒眼里的上帝是“公义的”、“有求必应的”助人者。公义意味着如不按上帝的旨意去行就会遭到惩罚；有求必应则意味着基督徒祷告祈求的需求得到满足就喜乐，对上帝的信靠程度增强，与上帝亲近；若得不到满足就失望，焦虑程度较高，对上帝的信靠程度降低，与上帝的关系疏远。换言之，基督徒的祷告上帝回应了，就亲近上帝；若不回应，则疏远上帝。

首先，在基督徒看来，当他们没有按照上帝的旨意去行的时候(如不想祷告或与家人有矛盾)，会很担心上帝管教、惩罚自己，对上帝感到害怕和亏欠。

W7：我想我是信主的，我不怕婆婆，我<u>怕神</u>。(注:受访者与婆婆有矛盾时的祷告)

问：你怕神什么呢？

W7：神是公义的，神叫我们爱人，自己不喜欢的人也要爱，我和婆婆吵，就是不听神的话，<u>**不听话神就得管教**</u>。

问：怎么管教呢？

W7：神用他的办法管教，我也不知道。可能婆婆老是没事找事，神就看我还能不能忍耐，<u>**神管教我要我学会忍耐**</u>。

其次，当基督徒面临困境向上帝祈求帮助时，认为上帝会有求必应，一旦感到上帝并没有按照他们所期望的方向帮助他们时，也就是说祷告未蒙上帝的应允，就不想再祷告，内心也非常冲突、焦虑。主要表现为：①不顺服，不能接受上帝的安排，对上帝慢慢失去信心，感到失望，想远离、放弃上帝。②在面临困境时又感到更需要上帝的帮助。③对上帝能否帮助自己并不确定，害怕上帝因自己抱怨、远离、放弃上帝而遗弃自己，担心上帝不帮助自己。④基督徒从认知上知道上帝是包容的，对自己不顺服上帝及视上帝为工具而感到愧对上帝的爱。可见，基督徒在这一阶段呈现出趋避冲突心理：一方面，他们对上帝是否能够帮助自己内心充满怀疑，因害怕上帝会离弃自己而产生焦虑，甚至产生离弃上帝的想法；另一方面，他们内心又在一定程度上相信上帝，依赖上帝，这两个方面同时存在，致使基督徒因怀疑上帝而与上帝的关系疏远，但同时又因依赖上帝而继续维持与上帝的关系。

W5：我觉得这个感觉(不顺服)<u>**很不舒服，**</u>有点拧巴，就好像和父母的关系，父母不让你干的事情你偏要干，心里还是有些<u>**担心、压力**</u>吧，心里不确定会走向哪里，自己这样走的结局会怎样，<u>**找不到依靠的感觉**</u>，反正没有那种心理的平安、平静……所以祷告呢，我觉得<u>**我远离了上帝**</u>，但觉得<u>**放弃上帝我好像心里更没有谱，更没有方向，我也找不到代替上帝的更好的神，所以，有些把上帝当成工具了，我需要他了，我就向他祷告；不需要他的时候，就把他晾在一边，无视他的存在**</u>，实际上他一直在看我的所作所为的，他很包容，现在看来。

再次，有时基督徒感受不到上帝的回应，与上帝的亲密度较低。在基督徒看来，这时其信仰生命的成长处于低迷阶段，他们信心的低落带来祷告低迷的状态，但他们仍然会坚持祷告，他们会在祷告中表达自己对上帝的不满，坦陈自己的心理冲突。因此，基督徒感觉自己不顺服上帝，与上帝在较劲、交涉，在基督徒看来双方的关系陷入僵持状态：基督徒希望上帝回应自己，但是又没有感受到上帝的回应，于是基督徒在这种趋避冲突中选择继续祷告，寻求上帝的帮助，在祷告中祈求上帝的回应。如此循环之后，基督徒会以上帝的回应作为条件与上帝谈判，即只有上帝回应自己才会继续相信上帝，他们要找到确信。

W5：<u>**我遇到困难时我祷告上帝他一直没有给我回应**</u>，在常人看来很正常处理的困难，在我身上却出人意料的很难处理。我有些<u>**埋怨上帝，**</u>为什么

会让我经历这些，……我不明白上帝到底是想要在我身上做什么？我理解不了。我祷告祈求上帝让我们明白他的意思，让我经历到他，但我还是不明白，虽然道理上我都懂，但内心不愿意接受圣经里所说的这是上帝的安排，要顺服。所以内心很纠结，我曾经想到放弃上帝，不找上帝来帮忙了，但我面临的困难我无法解决，所以我只能再来求靠上帝，因为如果我放弃上帝，我不知道该找谁，正因为这样我祷告刚开始很迫切，很渴望上帝帮忙，但后来，我的困难仍未解决，我等了一年了，仍未解决，我对上帝慢慢失去信心了，我也对自己的信心失去信心了，我不知道接下来该怎么办，我对自己也不满意，……我不知道当初的信心怎么那么大，而现在却越来越小了，……我也害怕抱怨上帝，他会舍弃我，会生我的气。但转过来想上帝是慈爱的，他不会那么轻易地发怒吧，我是他的孩子，我不知道。

3.3.2 Ⅱ期(中信者)祷告：非理性成分增加，人神关系日趋稳定和亲密

一方面，中信者对上帝的信靠在理性的基础上增加了非理性的成分，焦虑程度降低。他们首先从理性上认为在祷告之前要相信神，信心在前，祷告不是用来试验上帝，要将自己和代祷对象的需求交托、放下，依靠上帝，让上帝做主，将结果交给上帝。他们相信上帝是仁慈的助人者，会垂听并且帮助他们的。中信者已经学会在祷告中与上帝建立起亲密关系，不再一味关注自己的需要是否被满足，而是关注上帝的旨意，“以上帝为中心”，这类基督徒在非理性层面带着感恩、盼望、交托的心真心实意地来向上帝祷告。这种祷告带给基督徒的是平安、喜乐而非焦虑和担忧，同时也会带来信心的增加。

M5：祷告的前提是相信神就行了，圣经里说人非有信，就不能得神的喜悦，到神面前来的人，必须信有神，必须相信他赏赐那寻求他的人，就是第一要相信有神，第二相信神是慷慨的，他愿意赐福。然后还有一个很重要，你要看上帝对我们的承诺到底是什么。

另一方面，中信者能够感受到上帝的回应，与上帝的亲密度增加。他们通过祷告发现上帝回应了他们的祷告祈求，借着圣经的经文以及周围的人或环境给基督徒以启示，更加能体会上帝的心意，进而感到上帝的恩典，并对上帝产生感恩之情，感觉与上帝越来越亲近。

M1：当时可能一下子没有完全体会(神会一直支持、陪伴)，但是过了一段时间，你发现，我的这个祷告内容神对我有回应了，就是好像……，不是所有的祷告都有这样的结果，会有清晰的经历或经验说我的祷告神有回应了。回应就是……，以前的模糊印象是说，神啊，求你引导我，我不知道该怎么办？过了一段时间，神通过别人讲道，或者是信仰方面的书籍，以及别人说的一些话，通过一些途径，让你知道了，哦，这个事情该怎么办，是神通过这些方式来告诉你该怎么办，他会有引导，这时我知道神回应我的祷告了。

3.3.3 Ⅲ期(虔信者)祷告：对神的信靠超越理性，成为上帝计划的参与者，最终与上帝融合

首先，虔信者对上帝有超越理性、绝对的信靠。在虔诚者看来，他们靠着信心按照上帝的旨意祷告，相信上帝必成就。他们愿意接纳自己祷告所祈求事物发展的任何结果，即使事情没有按照自己所希望的方向发展，作为虔诚信靠者的基督徒也会认为，既然这是上帝的安排，相信上帝另有计划，且是对自己有益的。因为上帝是仁慈的，要拯救人的灵魂脱离罪的辖制。

W6：祷告之后，神让你做什么你就做什么。平时做事情是也是按照(神的意思)，不能按照自己的心意。就是神带着我走……。

其次，通过祷告，虔信者在圣经的启示和圣灵的带领下明白上帝的话，感受到上帝的同在，这种感觉在作为虔信者的基督徒看来，便是感受到冥冥之中真有一位上帝，内心因此感到无比的平安和喜乐。

M2：(祷告时)会受感动，圣经的话会在心里突然冒出来，这就是感应到神的意思，心里会平安。

第三，虔信者感觉到与神同工，融通为一，我属于你，你属于我。在虔信者看来，他们与上帝联合并建立起一种类似伙伴的关系，让上帝按照“祂”的意思来使用自己完成神的计划，将自己放置于上帝拯救人类灵魂的计划中并作为其中一员。在虔信者看来，通过祷告，他们感受到与上帝的融合，整个人被提高到上帝计划的大局中，成为参与者和神的伙伴。

W1：那次祷告的话，圣灵的工作很强，……祷告完以后每个人，基本上所有人都流泪在那边祷告说，……想到神家，这么一个大家的事情的时候，就突然好想整个人被提高了，就能够看到整个大的，算是大局吧，就能够看到其实神造人不是一个很狭隘的意思是让人在地上怎么活着，小家平安就够了，他有更大旨意，更大的计划，但人只是当中参与他计划的一部分吧。

3.4　基督徒祷告过程中个体心理的变化

在祷告的不同阶段，一方面，基督徒关注的问题在改变。首先关注的是对个人现实困难的解决；继而关注由现实困难引发的心理危机的解决；最后发展到关注人与上帝的联结。基督徒一开始祷告希望上帝对自己的需求有求必应，如果没有得到自己所希望的回应便会感到焦虑。随着对上帝认识的加深，他们开始关注与上帝的关系，进而“以上帝为中心”，内心变得平静，其祷告更在意与上帝联合共存的关系本身，而不是个体需求的满足。另一方面，不同阶段基督徒眼中的上帝形象以及由此引发的情绪体验有所不同。I 期祷告中基督徒眼中的上帝是公义的助人者，会帮助人，但也会有惩罚，当自己所祷告的需要得不到满足的时候，他们对上帝产生的是害怕和失望感，焦虑程度较高。II 期祷告中基督徒眼中的上帝是仁慈的助人者，他们对上帝更多的是感恩、希望、交托，因此焦虑感降低。III 期祷告中基督徒眼中的上帝是人类灵魂的拯救者，他们与上帝之间产生了联结感，基督徒因与上帝同工、联合共存而感到平安、喜乐。由此可见，随着祷告阶段的推进，基督徒的焦虑程度由强变弱，直至完全消失。

W2：因为**你的生命越来越好**，我觉得**祷告内容也会变化**的，就好像一开始你是小孩的时候，你觉得就是问你爸爸妈妈满足你，觉得他的存在就是要照顾你的，**只想要他满足你的物质需要**，但当**你慢慢长大之后，你跟父母之间的关系也会去更在意这种关系本身，而不是让他来满足自己的需要吧。**

4　效度检验

质化研究不要求由样本推论总体，研究结果不具有太大的推广度(陈向明, 2000)。同样，质化研究也不强调信度，不能用量化的标准衡量质化研究。在质化研究中，比较一致的倾向是用“效度”来评估质化研究的质量(吴继霞, 黄希庭, 2012)。本研究主要采用参与者检验法、非参与者检验法进行效度检验。

4.1　参与者与非参与者检验

首先，参与者检验。研究者在得出研究初步结果后，将编码及结论反馈给访谈对象，从描述效度、解释效度两个方面接受检验，以避免研究者对研究结论的主观臆断。研究者在访谈对象中选择了 4 位不同学历、不同专业的基督徒参与者对编码以及结果进行反馈，其中 2 名是心理学专业研究生，1 名是非心理学本科生，1 名非心理学专业专科生。

其次，非参与者检验。在研究的参与者之外，一方面，邀请 2 位有研究生学历的基督徒对编码以及结果进行反馈，其中 1 名是心理学专业，1 名是非心理学专业；另一方面，邀请 2 位具有研究生学历的非基督徒，其中 1 名是心理学专业，1 名是非心理学专业。他们对研究结果都提出了各自的看法和建议。

本研究选择具有心理学专业背景的检验者主要是考虑对理论效度的检验。由于本研究是从心理学角度研究祷告，这些检验者有助于将研究结果和心理学已有理论加以对比，他们所提出的问题和建议更符合心理学专业研究的要求。

汇总 8 位检验者的反馈意见，分别采取不同方式加以处理(见表 4)。对于反馈与研究结果一致的部分，仍然保留研究结论；对于检验者反馈与研究结果不一致的部分以及反馈者之间彼此意见相左的部分，研究者首先进行反思，再返回至原始资料，审视对该研究结果的提取是否有充分的依据或存在漏洞，如果有依据，则继续保留该研究结果，证据不足则需要修改原有结果。其中，有一部分检验

表 4　检验者的反馈意见及其处理

研究结果	检验者反馈意见	对反馈意见的处理
在III期祷告中人与上帝的关系是“我中有你，你中有我”。	基督徒：基督徒与上帝不是这种关系，“我”中有神，神的属性里没有“我”，神已经是完美的，“我”则要活出他的生命。	回到原始资料，从原始资料中摘取受访者关于人与上帝关系的原话，修改为“神的观念向基督徒自我的植入”
基督徒眼中的上帝形象。	基督徒：上帝本身难以形容，上帝是全知全能的，无所不在的，不能进行简单概括。	回到原始资料，发现受访者在祷告的不同阶段对上帝的认知与态度不同，研究者向检验者解释“基督徒眼中的上帝形象”这样的表达是为了便于读者理解，仍保留原表述。
祷告的阶段由 I 期到III期渐进性变化。	非基督徒：是否其他没有接受研究的基督徒都是如此呢？	重新审视研究过程及质化研究特点，研究者向检验者说明质化研究只是以研究者为工具对小样本研究得出的结论。
上帝是内化的客体 上帝是关系的存在	基督徒：不理解“内化的客体”； 非基督徒：虽与客体关系理论有一致性部分，但在原始资料中呈现的不多。	重新分析原始资料，发现“内化的客体”中隐含研究者自己的理论预设，因此删掉。原始资料中有很多关于“基督徒与上帝的关系”的表达，仍保留了“上帝是关系的存在”。

者的反馈是基于某种误解，对此，研究者向他们做出解释，并在符合心理学研究规范的基础上进一步修改对结果的表达方式，以期与检验者达成共识。

对比两类检验者(基督徒和非基督徒)的反馈意见发现，基督徒的反馈意见反映了“局内人”的视角；而非基督徒提出的意见则明显基于“局外人”视角。因此，检验者的反馈有助于研究者从不同视角和多个维度进一步提高研究结果的效度。

4.2 研究过程中对效度风险的规避

第一，抽样带来的效度风险。

质化研究抽样不注重数量，更注重研究对象能在多大程度上针对所研究的内容提供信息。另外，由于深度访谈是一种“特殊的”交谈形式，因而并不适合所有的被研究者，特别是那些接受正规教育较少的人(陈向明，2000)，所以，作为抽样标准，研究者在抽样时以观察和反思能力、语言表达能力为主要指标，以此保证所抽取的访谈对象所富含的信息密度和强度最大化。

第二，研究者作为“局外人”的身份所带来的效度风险。

本研究中研究者身份是“局外人”，所进行的是客位研究。在研究准备阶段对研究者身份的反思中，研究者首先考虑的是自己作为一个局外人对基督徒缺乏了解，担心不能进入到基督徒的主位文化当中去。为此，研究者在选题确定之后用了长达 3 年的时间深入研究现场定期旁观宗教性活动(主日崇拜、查经小组、团契、祷告会等)，目的在于获得研究的背景知识，按研究对象的思路走，与研究对象产生共鸣，避免研究对象产生阻抗，不要让研究者局外人的身份成为与研究对象交流的障碍，进而能够从研究对象的视角理解所收集到的资料。

另一方面，研究者过度与研究对象共情同样会带来效度风险。对此，研究者也在研究过程中不断提醒自己注意适时跳出研究对象的意义系统，从研究者的角度审视研究资料。而且，在资料收集阶段结束后，为保证研究的客观性，研究者脱离研究现场，有半年的时间没有和研究对象接触，有意与研究对象拉开距离，在此期间研究者从心理学的视角分析资料，进行客位研究。之前也有研究者采取类似的做法，比如，陈玉英(2011)为了避免其基督徒身份的影响，曾在研究过程中停止大部分的宗教活动，仅参与聚会(教堂、小组)，以达到客观了解研究对象的目的。

第三，资料收集和分析过程中的效度风险。

在收集资料的过程中，为避免效度威胁，遵循质化研究真实、有效性的原则，研究者在与研究对象协商好的时间和地点通过深度访谈收集资料。正式访谈时，访谈提纲具有一定的内在结构性，所收集的资料其意义性也很明确。研究者在每次访谈过程中尽量做到“心中有提纲”、“访谈不用提纲”；同感、共情受访者的感受和体验，并以“价值中立”的态度不评价受访者提供的信息，让受访者感受到自己被尊重、被接纳，同时也带动受访者自我反思，从而获取第一手研究资料。

在分析资料的过程中，访谈录音的转录工作都是由研究者亲历亲为，不借助任何外力，同时又经过研究对象的检验性阅读，其描述型效度首先得到对方的确认。资料分析主要采用扎根理论的方法，从原始资料出发，自下而上将资料不断进行浓缩和提炼。研究者采取完全开放的态度，放下自己的预设，尽量做到不带有任何理论框架，让资料自己说话，以便全身心地投入到原始资料的情境之中。编码过程中尽量采用活码，直接使用研究对象的言语，以降低解释性效度风险。最后，本研究的结论是基于对原始资料的分析得出的，不能视为普遍真理。它不是“反映的”真实，而是研究者和研究对象共同建构的“真实”。

5 讨论

5.1 关于祷告过程中基督徒与上帝之间所构成的依恋关系

祷告提供了人神依恋系统被激活的情境。研究结果显示，随着祷告进程的推进，基督徒与上帝之间关系的渐进性变化依次是：“时远时近”→“渐趋亲密”→“融合为一”。双方这种关系是依恋关系的表现，因为只要个体与某一特定对象之间形成了一种长期的情感联结，便能形成依恋，且是以个体内部主观、系统的方式存在(Bowlby, 1982)。也就是说，祷告为人神依恋关系的建立和发展提供了条件。在祷告过程中，基督徒与上帝互动，进而产生一种感情上持久的联结，这种联结便是基督徒倾向于寻求和维持与上帝的亲近关系，特别是在基督徒遇到困难的时候。因此，这种依恋是对上帝而言的。当基督徒需要保护和安慰时，他们在祷告过程中感受到上帝所给予的支持和安慰，上帝因此很容易成为基督徒的依恋对象。进一步而言，基督徒与上帝的依恋关系构成一种目标矫正系统，其中的目标就是对安全感的寻求(Sroufe & Waters, 1977)。一旦基督徒

的安全性需要得到满足，其依恋系统就会回到一种动态平衡状态(李同归, 2006)。基督徒在从Ⅰ期祷告到Ⅱ、Ⅲ期祷告发展的过程展现了这种动态平衡的状态：在Ⅰ期祷告中，基督徒视上帝为公义的助人者，对上帝的认知偏向于公义，会有惩罚；在Ⅱ期祷告中，基督徒视上帝为仁慈的助人者，对上帝的认知偏向于仁慈，会有恩慈；在Ⅲ期祷告中，基督徒视上帝为灵魂的拯救者，对上帝的认知较前两个阶段有了很大的提升，既包含又高于前两个阶段的认知。至此，基督徒已经形成了与上帝之间的一种安全的情感联结。

祷告是基督徒以“信靠”为承诺与上帝建立依恋关系的媒介。也就是说，如果没有信靠，仅仅祷告行为本身并不能构成人神依恋的关系。在基督徒看来，他们祷告是从相信耶稣作为救世主做中保拯救人类脱离了罪的辖制开始的，可以说这是基督徒祷告的前提条件。从基督教教义以及受访者提供的资料来看，上帝起初创造了人，人与上帝的关系是好的，但是之后人在魔鬼的诱惑下吃了智慧树上的智慧果而犯罪堕落，罪让人与上帝的关系隔裂，人只有信耶稣做中保担当了自己的罪才能恢复与上帝的关系。可见，“信靠上帝”修复了基督徒与上帝的关系，由“分裂的二元关系” (人因为原罪违反上帝的律法而与上帝隔绝)渐渐转变为“融合为一的亲密关系”，双方开始了对话与沟通，进而开始了建构新的关系之旅。

奥古斯丁(2009)提出“理性的信”，认为理性得以正常运用不是从怀疑或拒绝的态度开始，而是从谦卑和愿意寻求真理(指上帝)的心开始。信之所以能够成为信，在于一方愿意寻求并能够认同另一方进而双方建起联结。在基督徒看来，他们将信视为与上帝的联结，且在祷告中感受到这种联结，而非靠奇迹产生对上帝的信。正如一个基督徒所言：“我过去经常担心自己缺乏信心，祷告中我的盼望很少，而且看似对此满意。信心感觉好像是礼物一样，有时有，有时无，并不像肌肉那样通过锻炼就能有。然而，当我开始把信心理解成是与上帝联结的时候，我的观念变了。奇迹或许不可能激起我很多信心，但是在祷告中我实实在在地与上帝接触经历到信心。” (Yancey, 2008)

对于基督徒而言，相信上帝作为精神实体存在，通过祈祷培育这种意识是很重要的(洛文塔尔, 2002)。祷告是个体在与一种更强大的力量联结过程中与这种力量的双向沟通与对话，它是双方关系维系的媒介，祷告扮演了人神关系媒介性的角色。透过众多学者对祷告的理解，我们看到人和“上帝”之间的关系在祷告中的重要性。Beckman (1995)认为，祷告是个体将自身的体验与上帝进行沟通的渠道，这在强调了祷告的沟通性和个人体验性特点的同时，也强调了祷告的媒介性。

沟通和交流是祷告最为显著的特征。早期的心理学家认为，祷告中的交流类似于发生在朋友之间或亲子之间的沟通(Barclay, 1962)，但 Flew 和 Phillips (1967)认为，交流的对象决定了交谈时的语言表达方式。祷告并不是人们的日常交流，其中所涉及的沟通关系更为复杂。尽管不同历史时期、不同个体、不同教派、不同文化背景下对祷告的认识有所不同，但是其共同之处在于都为可祷告在某种程度上就是与“他者”的联结，其中“他者”主要是“非物质的存在(如上帝)、更高的存在、内心之光、精神的自我”等(Gubi, 2001)。可见，祷告并不是普遍意义上的对话，个体是向拥有更高地位和力量的“他者”祷告，希望得到“他者”的怜悯和特别的关注。Heiler (1932)认为，祷告是个体在对自己周围环境的控制力很弱的情况下选择的结果，祷告不是“我”能做什么，而是“神”在成就一切。由此可见，祷告的双方并不是平等的关系，做祷告的一方是谦卑的，人要寻求与神的联结，就意味着在这种互动中处于卑微、弱势的一方，因此需要向有力量的一方求助(Buttrick,1942)。从这种意义上，当个体通过想象寻求与“他者”建立联结时，祷告扮演了媒介的角色。

5.2　人神依恋与亲子依恋、成人依恋的比较

人神依恋与亲子依恋、成人依恋既有共同点也有区别。从依恋概念来看，无论个体的依恋对象是上帝还是养育者、恋人或配偶，都体现了个体与个体之外“他者”的情感联结，个体一旦与“他者”建立起安全型依恋关系，“他者”就成为个体的安全基地，因此包括“上帝”在内的“他者”对个体而言都发挥了安全基地的功能，让个体产生安全感，并从自己的安全基地向外探索。

但是人神依恋与亲子依恋、成人依恋又有所不同，体现在以下几方面：

首先，与亲子依恋相比。亲子依恋的对象是儿童的养育者，养育者对儿童的需求所做出的反应或积极或消极。如果依恋的对象做出积极的回应(如及时满足)，个体可能会形成安全型的依恋；而如果依恋的对象做出消极反应(如忽视、不回应)，个

体可能会形成焦虑型或回避型的依恋(Ainsworth & Wittig, 1969)。可见，依恋对象或积极或消极的差别回应是影响亲子依恋重要因素。Granqvist 等人(2012)研究认为，人神依恋类似亲子依恋，上帝是基督徒的安全基地。本研究结果发现，人神依恋和亲子依恋虽然都有依恋对象的存在，但这两者仍有不同。透过三个阶段的祷告，我们可以看到祷告过程的推进，基督徒与上帝关系渐趋亲密，这个过程是有往复和渐进性的。在祷告过程中，人神依恋关系表现出因基督徒有差别的心理状态(主要表现为信靠程度的不同)而感受到上帝有差别的回应，直到在Ⅲ期祷告中与上帝之间形成稳定的安全型人神依恋。可见，在人神依恋关系中，基督徒的个体心理状态是影响人神依恋的关键因素，并不是上帝作为依恋对象的反应。

其次，和成人依恋相比，个体的依恋对象较亲子依恋逐步增多(Hazan & Shaver, 1987)，包括异性同伴，寻求性吸引。成人依恋的双方是互惠关系，双方都能够提供和接受照顾(李同归, 2006)。基督徒在祷告中与上帝之间的关系不同于成人依恋中双方的互惠关系。本研究结果显示，在Ⅰ期祷告中，基督徒更多的是希望上帝提供单向照顾；在经过Ⅱ期祷告到Ⅲ期祷告的往复渐进过程中，基督徒一方面认为自己是被上帝帮助和拯救的对象，体现在来自上帝的单向的照顾与被照顾关系；另一方面，他们通过祷告感受到与上帝的联合，成为上帝计划的参与者，整个人被提高到上帝计划的大局中，自己作为其中的参与者，成为神的伙伴，体现出人神间的伙伴关系，这类似于成人依恋中互惠关系。但是，进一步审视发现，在基督徒与上帝的伙伴关系背后仍然指向上帝对个体灵魂的拯救，最终仍然体现出上帝对个体的照顾，即单向度的照顾关系。

第三，就人神依恋而言，基督徒个体从最初以“自我为中心”最终发展到放弃自我或“无自我”状态，即与上帝融合为一的状态；而在亲子依恋和成人依恋关系中，个体一直是“有自我”的状态，即个体始终保持独特的个性存在。研究结果显示，基督徒祷告的三种心理诉求及其结果中也体现出由“有自我”到“无自我”的状态。从关系主义视角来看，基督徒在祷告过程中经历了自我从“解构”到“建构”的过程，这也是自我边界不断打破与重建的过程。如果把基督徒的“旧自我”视为一个“有界的存在”——“小我”，那么解构这个“旧自我”就是要打破这个“小我”的边界，将其扩展成另一个“大我”的过程。基督徒从“小我”到“大我”的转变即是“有界存在”的边界向外扩展的过程。当基督徒将“自我”扩展成“大我”时，后者所表达是含义类似足球比赛中点球大战，一个人的胜利即代表全队胜利，同样一个人的失败即代表整体的失败，这在罗马书 5:18~19 中有清楚的表述：“因一次的过犯，众人都被定罪；照样，因一次的义行，众人也就被称义得生命了。因一人的悖逆，众人成为罪人；照样，因一人的顺从，众人也成为义了”。因此，基督徒认为亚当一个人的犯罪代表了整个人类的犯罪。那么，随着基督徒通过祷告对“自我”的认识从“小我”转变为“大我”，直至扩展至上帝的国，即神所计划的某种大格局。比如，基督徒很多时候为别人代祷，为国家、民族、世界祷告等等，在基督徒看来他们的代祷是上帝荣耀的彰显，这即是“大我”的表现。所以，从这个意义上说，个体在人神依恋关系中发展到“无自我”状态之前，其自我的状态和亲子依恋、成人依恋中个体“有自我”的状态是类似的，都关注“自我”内在的心理需求，而不能把自己放置于更大的关系中去审视。

总之，一方面，从依恋的对象看，亲子依恋和成人依恋中个体依恋的对象不可能像上帝那样全能。如果将“全能者(上帝)”和“非全能者(养育者、恋人、配偶)”做进一步比较，二者对于个体的意义也有区别。当个体的依恋对象是上帝时，上帝作为“全能者”的完美性使“祂”成为个体长期稳定的安全基地。当个体的依恋对象是普通的养育者、恋人或配偶时，后者因其非完美性只能扮演暂时性的安全基地角色。另一方面，从依恋的主体来看，亲子依恋和成人依恋中个体始终保持“有自我”的状态；而人神依恋中个体则体验了从“有自我”到“无自我”状态的发展，自我的边界不断扩张，最终和上帝的计划统一。

5.3 人神依恋的内部工作模型

个体基于早期亲子互动而发展出关于自我和他人的心理表征，即内部工作模型。工作模型一经形成会相对地稳定，但也会根据重要依恋关系的变化而发生改变(Bowlby, 1982)，进而出现“更新”(Collins, 1996; Vermigli & Tnoni, 2004)。本研究发现，基督徒依恋的内部工作模型在祷告过程中不断发生更新，个体由关注现实困难的解决逐渐发展为关注与上帝的联结，自我边界不断扩大，最终从“有我”到“无我”，进入与神融合为一的状态。

首先，“信靠”是基督徒通过祷告与上帝之间形成和发展人神依恋关系的前提条件和关键因素，人

神亲密度的增加又反过来强化和促进了基督徒对于神的信靠。一方面，基督徒的祷告以“信靠”上帝为源头。在基督徒看来，如果抽离了祷告的对象，祷告只是疯子般的自言自语，否则就沦为徒有外表的宗教行为。另一方面，在祷告的三个阶段中，基督徒与上帝的亲密程度不同，他们对上帝的信靠程度也不同。基督徒从Ⅰ期祷告时与上帝的关系时密时疏，对上帝信靠偏于理性，信靠度不稳定；到Ⅱ期祷告时与上帝的亲密度增加，理性与非理性信靠的并存；再到Ⅲ期祷告时与上帝融合为一，与上帝的关系超越理性，发展为绝对的信靠。可见，随着祷告过程的推进，基督徒与上帝的亲密度增加，他们对上帝的信靠程度在增强，人神亲密度影响着人对神的信靠程度。

其次，现实生活中的困难为基督徒祷告提供了刺激源，并推动人神依恋关系不断向前发展。基督徒祷告离不开具体的情境，这些情境是在他们看来或大或小的现实困难，面临此种情境，基督徒选择了祷告作为应对方式。在祷告过程中，他们怀揣不同的心理诉求，也由此产生了不同结果。期间个体由关注现实困难的解决渐渐转为关注与上帝的联结，人神依恋的关系也由“时远时近”逐步转变为“融合为一”。

第三，基督徒凭借祷告与上帝沟通，随着祷告过程的往复、渐进性推进，逐渐形成“以上帝为中心”的困难应对图式。凭借祷告，人神依恋关系发生变化的同时，依恋的工作模型也发生了“更新”。这种模型的更新以与依恋对象的互动经验为基础(Collins, 1996),可以借助于事件图式理论加以理解。自传式记忆过程产生了事件图式，后者对个体获取新的信息予以指导，也就是说，个体对过去经验的编码决定了他以后如何对相似经验进行解码。当突发事件多次发生时，被个体多次记录下来进而形成新的图式(Bretherton, 1990)。基督徒在祷告过程中多次经历与上帝的互动，逐渐形成了以上帝为中心的应对图式，即从关注现实困难的解决渐渐转为关注与上帝的联结，这种体验被频繁记录下来，进而建立起对“自我”和“上帝”心理表征的新图式，新图式的形成过程也是人神依恋内部工作模型更新的过程。

第四，祷告进入第Ⅲ阶段，处于人神依恋关系中基督徒渐渐达到“无我”状态，即基督徒关于“自我”的心理表征渐渐弱化，相反有关“上帝”的心理表征不断得到强化和提升，上帝的观念植入基督徒的自我，发展出对于“自我”和“上帝”的新的心理表征。基督徒在婴幼儿时期，在与父母的交往过程中形成亲子依恋关系，发展出对于自我和他人的心理表征。这在基督徒Ⅰ期祷告中有所表现，他们在祷告过程中关注自我的需求，认为上帝是公义的助人者，会帮助人，但也有惩罚。这种对自我和上帝的心理表征正是从其亲子依恋关系中发展出来的对于自我和他人的心理表征的体现。但是，随着祷告过程的推进，基督徒的依恋关系发生变化，使得其已经形成的相对稳定的、基于亲子互动而形成的的内部工作模型发生“更新”。从Ⅱ期祷告开始，基督徒不再一味关注自己的需要是否被满足，而是开始体会上帝的旨意，他们将自己和代祷告对象的需求放下，交托给上帝，认为上帝作为仁慈的救主，会垂听并且帮助自己。在Ⅲ期祷告中，基督徒更进一步将聚焦从自己身上移开，完全以上帝为中心，将自我纳入到彰显上帝的工作和计划的框架中，以上帝的眼光看待自我。

6　结论

祷告是基督徒以“信靠”作为承诺，向上帝、基督、圣灵袒露心迹，提出心理诉求，进而与上帝建立亲密关系的沟通方式和重要渠道，它提供了人神依恋系统被激活的情境。“信靠”是基督徒通过祷告与上帝之间形成和发展人神依恋关系的前提条件和关键因素；人神亲密度的增加又反过来促进人对于神的信靠程度。现实生活的困难为基督徒祷告提供了刺激源，并推动人神依恋关系不断向前发展。基督徒的祷告经历了三个阶段，由Ⅰ期向Ⅲ期水平渐次提升，最终形成“以上帝为中心”的困难应对图式。在此过程中，随着“上帝”的观念越来越深地植入基督徒的自我，有关“上帝”的心理表征不断得到强化，相反，有关“自我”的心理表征渐次弱化，最终进入某种“无我”的状态。

参　考　文　献

Ainsworth, M. D. S., & Wittig, B. A. (1969). Attachment and the exploratory behavior of one-year-olds in a strange situation. In B. M. Foss (Ed.), *Determinants of infant behavior* (pp. 113–136). London: Methuen.

Ainsworth, M. D. S. (1985). Patterns of infant-mother attachments: Antecedents and effects on development. *Bulletin of the New York Academy of Medicine, 61*(9), 771–791.

Augustine. (2009). *Enchridion* (Y. X. Xu, Trans.). Shanghai, China: SDX Joint Publishing Company.

[奥古斯丁. (2009). *论信望爱* (许一新 译). 上海: 生活. 读书. 新知三联书店.]

Barclay, W. (1962). *A guide to daily prayer*. New York: Harper

& Row.
Beck, R., & McDonald, A. (2004). Attachment to god: The attachment to god inventory, tests of working model correspondence, and an exploration of faith group differences. *Journal of Psychology & Theology, 32*(2), 92–103.
Beckman, R. J. (1995). *Prayer: Beginning conversations with God*. Minneapolis, MN: Augsburg.
Bowlby, J. (1982). *Attachment*. New York: Basic Books.
Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46–76). New York: Guilford Press.
Bretherton, I. (1990). Open communication and internal working models: Their role in the development of attachment relationship. In R. A. Thompson (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (pp. 57–113). Lincoln: University of Nebraska Press.
Brown, C. C. (1994). Prayer and power: George Herbert and renaissance courtship. *The Modern Language Review, 89*(4), 978–979.
Buchanan, B. M. (2014). *Big five personality factor associations with individuals' experience in their relationship with god* (Unpublished doctorial dissertation). Walden University.
Buttrick, G. A. (1942). *Prayer*. New York: Abingdon-Cokesbury.
Cassibba, R., Granqvist, P., & Costantini, A. (2013). Mothers' attachment security predicts their children's sense of god's closeness. *Attachment & Human Development, 15*(1), 51–64.
Charmaz, K. (2009). *Constructing grounded theory: A practical guide through qualitative analysis* (G. Y. Bian, Trans.). Chongqing, China: Chongqing University Press.
[凯西・卡麦兹. (2009). *建构扎根理论: 质性研究实践指南* (边国英 译). 重庆: 重庆大学出版社.]
Chen, X. M. (2000). *Qualitative research method and social sciences research*. Beijing, China: Education Science Press.
[陈向明. (2000). *质的研究方法与社会科学研究*. 北京: 教育科学出版社.]
Chen, Y. Y. (2011). *The impact of Christianity on women's marital satisfaction* (Unpublished doctorial dissertation). East China Normal University.
[陈玉英. (2011). *基督教信仰对妇女婚姻满意感之影响* (博士学位论文). 华东师范大学.]
Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of Personality & Social Psychology, 71*(4), 810–832.
Cooper, L. B., Bruce, A. J., Harman, M. J., & Boccaccini, M. T. (2009). Differentiated styles of attachment to god and varying religious coping efforts. *Journal of Psychology & Theology, 37*(2), 134–141.
Flew, A., & Phillips, D. Z. (1967). The concept of prayer. *The Philosophical Quarterly, 17*(66), 91–92.
Geertz, A. W. (2008). Comparing prayer: On science, universals and the human condition. In J. Z. Smith, W. Braun, & R. T. McCutcheon (Eds.), *Introducing Religion: Essays in Honor of Jonathan Z. Smith* (pp. 113–139). London: Equinox.
Granqvist, P., Mikulincer, M., Gewirtz, V., & Shaver, P. R. (2012). Experimental findings on God as an attachment figure: Normative processes and moderating effects of internal working models. *Journal of Personality and Social Psychology, 103*(5), 804–818.
Gubi, P. M. (2001). An exploration of the use of Christian prayer in mainstream counselling. *British Journal of Guidance & Counselling, 29*(4), 425–434.
Guo, Y. X. (2009). *Qualitative data analysis: Nvivo 8 use bible.* Taipei, China: Higher education Press.
[郭玉霞. (2009). *质性研究资料分析: Nvivo 8 活用宝典*. 台北: 高等教育出版.]
Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Conceptualizing romantic love as an attachment process. *Journal of Personality & Social Psychology, 52*(3), 511–524.
Heiler, F. (1932). *Prayer: A study in the history and psychology of religion*. New York: Oxford University Press.
James, W. (1902). *The varieties of religious experience.* London: Longmans, Green and Company.
Jin, Z., & Qiu, Y. H. (2010). *Blue Book of Religions: Annual Report on Religions in China (2010)*. Beijing, China: Social Sciences Academic press.
[金泽, 邱永辉. (2010). *宗教蓝皮书: 中国宗教报告 (2010)*. 北京: 社会科学文献出版社.]
Jing, J. W. (2003). *Prayer*. Kunming, China: Yunnan Christian Council.
[靖玖玮. (2003). *认识祷告*. 昆明: 云南省基督教两会.]
Kim, C. Y. (2015). *Religious coping as a mediator between god attachment and mental health among Korean immigrants* (Unpublished doctorial dissertation). Fordham University.
Kirkpatrick, L. A. (1999). Attachment and religious representations and behavior. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 803–822). New York: Guilford Press.
Kirkpatrick, L. A. (2012). Attachment theory and the evolutionary psychology of religion. *International Journal for the Psychology of Religion, 22*(3), 231–241.
Kirkpatrick, L. A., & Shaver, P. R. (1990). Attachment theory and religion: Childhood attachments, religious beliefs, and conversion. *Journal for the Scientific Study of Religion, 29*(3), 315–334.
Kirkpatrick, L. A., & Shaver, P. R. (1992). An attachment-theoretical approach to romantic love and religious belief. *Personality & Social Psychology Bulletin, 18*(3), 266–275.
Láng, A. (2013). Impact of attachment to god and religious coping on life satisfaction. *Orvosi Hetilap, 154*(46), 1843–1847.
Ladd, K. L., & McIntosh, D. N. (2008). Meaning, god, and prayer: Physical and metaphysical aspects of social support. *Mental Health Religion & Culture, 11*(1), 23–38.
Li, T. G. (2006). Some hot topics in attachment theory-Comment on Hu & Meng. *Acta Scientiarum Naturalium Universitatis Pekinensis, 42*(1), 18–25.
[李同归. (2006). 依恋理论中的几个热点问题概述——兼评胡平等《城市婴儿依恋类型及判别函数的建立》. *北京大学学报: 自然科学版, 42*(1), 18–25.]
Liang, X., & Wang, Z. Y. (2014). Forming of attachment: The contribution of mother and infant in protection situation. *Advances in Psychological Science, 22*(12), 1911–1923.
[梁熙, 王争艳. (2014). 依恋关系的形成: 保护情境中母亲和婴儿的作用. *心理科学进展, 22*(12), 1911–1923.]
Liu, S. M. (2013). Applied Nvivo 10 to the qualitative research of school administration: Taking "The Interviews of the Elementary School Principals Dealing with Favor (Renqing)" as an example. *Journal of Education Theory and Practice,* (28), 77–120.
[刘世闵. (2013). Nvivo 10 在学校行政质性研究之运用: 以「校长处理学校人情世故之访谈」一案例为例. *教育理论与实践学刊,* (28), 77–120.]
Loewenthal, K. M. (2002). *The psychology of religious: A short instruction* (Y. J. Luo, Trans.). Beijing: Peking University Press.
[洛文塔尔. (2002). *宗教心理学简论* (罗跃军 译). 北京: 北京大学出版社.]
Okozi, I. F. (2010). *Attachment to god: Its impact on the psychological wellbeing of persons with religious vocation* (Unpublished doctorial dissertation). Seton Hall University.

Sroufe, L. A., & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child Development, 48*(4), 1184–1199.
Vermigli, P., & Toni, A. (2004). Attachment and field dependence: Individual differences in information processing. *European Psychologist, 9*(1), 43–55.
Wu, J. X., & Huang, X. T. (2012). Preliminary exploration on the structure of the concept of integrity. *Acta Psychologica Sinica, 44*(3), 354–368.
[吴继霞，黄希庭．(2012)．诚信结构初探．*心理学报, 44*(3), 354–368.]
Xiang, M., & Wang, Z. J. (2006). On confronted and merged quantitative and qualitative research in psychology. *Journal of Fujian Medical University (Social Science Edition), 7*(2), 51–54.
[向敏，王忠军．(2006)．论心理学量化研究与质化研究的对立与整合．*福建医科大学学报：社会科学版，7*(2), 51–54.]
Yancey, P. (2008). *Prayer: Does it make any difference?* London: Hodder & Stoughton.
Yang, Y. Y. (1996). The Research on the social psychological function of religious worship. *Studies in World Religions, (2)*, 120–122.
[杨宜音．(1996)．略论宗教崇拜的社会心理功能．*世界宗教研究*, (2), 120–122.]
Yue, G. A., & Wang, X. L. (2009). A social cognitive perspective on religious beliefs and psychotherapy. *Nankai Journal (Philosophy, Literature and Social Science Edition),* (4), 116–122.
[乐国安，王昕亮．(2009)．宗教信仰与心理治疗：社会认知的角度．*南开学报：哲学社会科学版*, (4), 116–122.]
Zhou, S. (2015). *The research on social support system's construction, operation and appraisement of Suzhou Industrial Park Boai School* (Unpublished master's dissertation). Suzhou University.
[周蕣．(2015)．*苏州工业园区博爱学校社会支持系统的建构、运作及评估研究* (硕士学位论文)．苏州大学.]

A qualitative research on the development of attachment to GOD by christians through prayer

ZHANG Xiumin[1]; YANG Liping[2]

([1] *Nanjing University of posts and telecommunications, Nanjing* 210097, *China*)

([2] *School of Psychology, Nanjing Normal University, Nanjing* 210023, *China*)

Abstract

The research on the attachment to God initiated by Kirkpatrick tends to use quantitative research methods, that is, to use the Attachment to God Inventory (AGI) or experiment methods to study. Taking into account that prayer exists primarily as a process or a dialogue, it should be more suitable for qualitative research. The study of prayer and the attachment to God in China is still at an early stage. In this study, qualitative research methods were used to explore the formation and development of an attachment to God during the process of prayer by Christians.

The researchers, as non-believers, were external to the religious world of the participants; they used an intensity sampling method and a comprehensive sampling strategy to gain study participants. The sample was composed of 14 Christians (7 men and 7 women) who were formally baptized (between 2 years and 32 years ago). Researchers conducted in-depth interviews with each of the participants. From a grounded theory base, preliminary analysis, generic analysis and theoretical construction of the collected data were made. Participants inspection and non-participants inspection were adapted to verify the research results' validity.

The following conclusions were drawn: Prayer is an important channel for Christians to communicate with God. Based on the prerequisite of "faith", Christians expose their minds to God, make psychological appeals to God, and gradually establish an intimate relationship with God. This provides a context in which the attachment to God can be activated. In turn, the increase in intimacy with God promotes the degree of Christians' faith in God. Difficulties in real life provide incentives for Christians to pray and thus promote the development of their attachment to God. Christian prayer usually goes through three stages, and eventually forms a "God-centered" coping schema. During this process, the concept of "God" is increasingly embedded into the Christian self, the psychological representations of "God" are constantly strengthened, while the psychological representations of "self" are weakened. Eventually Christians enter a state of "no me".

This study made a comparison between the attachment to God and interpersonal attachment and an exploration to the internal working model of the attachment to GOD during the process of prayer by Christian. On one hand, the study enriches and promotes the development of research on religious psychology in China, on the other hand, it provides a path to guide people's religious behavior. The results of this study are considered to be able to contribute to social harmony and stability, and to promote people to live and work in peace.

Key words　Christian; prayer; attachment to GOD; in-depth interview; grounded theory